

Välkomna på Öppet Hus InMo 29-30 mars 2019

Kom och prova kvalitativ träning i små grupper med våra fantastiska instruktörer! Ta med dig vänner och bekanta och träna på flera olika klasser.

Utöver Pilates Matta och Reformer erbjuder vi klasser i Barre, Garuda, Soma Moves, Yoga och Body Mind Nicole. I gymmet kan ni också prova Core/Stretch och Fys.

Vi bjuder även på massagebehandlingar!

Boka gärna för platsgaranti!
Maila info@inmo.se eller ring 08-545 811 70
Se fullständigt schema →

InMo
MEDVETEN TRÄNING

Schema Öppet Hus 29-30 mars

FREDAG, 29:e mars

11.30 - 12.00 Pilates Matta - med redskap (Mona)

12. 10 - 12.40 Reformers (Alex)

12.50 - 13.20 Barre (Alex)

13. 30 - 14.00 Fys (Göran)

16.30 - 17.00 Soma Moves (Marlene)

17.05 - 17.35 Pilates (Eva)

17.45 - 18.15 Reformers (Sofie)

18.25 - 18. 55 MedYoga (Jenny)

Boka massage/behandling
Tider på fredag

13.00 - 13.20

13.30 - 13.50

14.00 - 14.20

14.30 - 14.50

15.00 - 15.20

Boka via info@inmo.se
eller ring 08-545 811 70

LÖRDAG, 30:e mars

9.10 - 9.40 Reformers (Alex)

9.45 - 10.15 Garuda (Brett)

10.45 - 11.15 Pilates (Brett)

11.30 - 12.00 Core & Stretch (Marlene)

12.05 - 12.35 Pilates Matta - med redskap (Eva)

12.45 - 13.15 Soma Moves (Marlene)

13.30 - 14.00 Yoga (Jenny)

Boka massage/behandling
Tider på lördag

10.00 - 10.20

10.30 - 10.50

11.00 - 11.20

11.30 - 11.50

12.00 - 12.20

Boka via info@inmo.se
eller ring 08-545 811 70